Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran (JAKK), Vol. 2, No. 1, Januari 2023
p-ISSN: 2962-8245 | e-ISSN: 2962-7133

Pemberdayaan Caregiver Keluarga Berbasis Online Dalam Perawatan Lansia Dengan Hipertensi Di Era Pandemi COVID 19

Online-Based Family Caregiver Empowerment in Elderly Care with Hypertension in the Era of the COVID-19 Pandemic

Margiyati [1*], Novita Wulan Sari[1]
[1]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesdam IV/Diponegoro Semarang
[*]Email Korespondensi : margie.akperkesdam@gmail.com

ABSTRAK

Kondisi imunitas lansia yang mulai menurun, disertai adanya komorbid hipertensi menjadikan lansia kelompok beresiko tinggi yang perlu mendapat perhatian khusus di era pandemic Covid 19. Lansia yang rutin memeriksakan kesehatan ke posyandu setiap bulan sebelum Pandemi Covid 19 menjadi tidak ke posyandu juga tidak melakukan kontrol rutin ke fasilitas kesehatan karena takut tertular Covid-19. Berdasarkan data tersebut perlu dilakukan pengabdian masyarakat yang bertujuan memberdayakan caregiver keluarga berbasis online dalam perawatan lansia dengan hipertensi di Era Pandemi Covid 19.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan metode Kunjungan Lapangan, Pelatihan Melalui Aplikasi Zoom Meeting, Pendampingan Home Visit serta Monitoring Melalui Aplikasi WhatsApp BKL. Sasaran kegiatan ini adalah 20 caregiver keluarga yang memiliki lansia dengan hipertensi yang terdaftar di Posyandu Lansia Setya Manunggal III.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan tingkat pengetahuan caregiver meningkat dalam merawat lansia dari tingkat pengetahuan kurang 50%, cukup baik 40% dan baik 10% menjadi tingkat pengetahuan kurang 0%, cukup baik 40% dan baik 60%. Setelah mendapatkan pelatihan terjadi peningkatan ketrampilan caregiver yaitu 80% sudah mampu menyediakan diet hipertensi, 60 % mampu mendampingi senam lansia, serta 90% mampu memberikan terapi rendam kaki air sereh.

Terdapat peningkatan pengetahuan dan ketrampilan caregiver setelah diberikan pelatihan, sehingga diharapkan caregiver mampu merawat lansia secara mandiri selama pandemic Covid 19.

Kata Kunci : *Caregiver,* Keluarga, Perawatan Lansia, Hipertensi, COVID-19

ABSTRACT

The decreasing body immune of elderly people and the existence of hypertension comorbidity make the elderly people belong in high-risk group, thus they need to be paid special attention during the Covid-19 pandemic era. Some of the elderly people who had come to integrated healthcare center on monthly basis stopped the visits as well as the regular check-ups because they were afraid that they might had been infected with Covid-19. Based on the fact, there was a raising need to conduct an online-based dedicated community service which aimed at empowering the family as caregiver in treating elderly people with hypertension during Covid-19 pandemic era.

The community service activity was carried out by observation/field visit, training via Zoom Meeting app, home visit assistance, and monitoring through BKL WhatsApp app. The subjects of the activity were 20 family caregiver taking care of elderly with hypertension who were registered at Setya Manunggal III Integrated Healthcare Center for Elderly People.

The result of this community service activity showed that the level of caregiver's knowledge in taking care of elderly raised, from lack of knowledge category 50%, adequate knowledge category 40%, and excellent knowledge category 10% to lack of knowledge category 0%, adequate knowledge category 40%, and excellent knowledge category 60%. After receiving training, there was an increase of 80% in caregiver's skill, which was determined by their ability to provide the right diet, 60% of them were able to assist and accompany the elderly to do elderly exercise, and 90% of them were able to give therapy such as providing lemongrass water feet soak.

Since there was a significant increase in knowledge and skill of the caregivers after conducting the training, so it is hoped that the caregivers are able to independently handle the proper treatments for elderly during Covid-19 pandemic era.
Keywords: Family Caregivers, Elderly Treatment, Hypertension, COVID-19

Submit: 27-01-2023 | Revisi: 28-01-2023| Diterima: 30-01-2023
Sitasi: *Margiyati, M., & Wulan Sari, N. (2023). Pemberdayaan Caregiver Keluarga Berbasis Online Dalam Perawatan Lansia Dengan Hipertensi Di Era Pandemi COVID 19. Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran, 2(1), 84–91. https://doi.org/10.55018/jakk.v2i1.32*

Pendahuluan

Hipertensi merupakan penyakit yang banyak menyerang lanjut usia (lansia) yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah > 140/90 mmHg (Kemenkes RI, 2019). Penyakit ini menjadi *silent killer* serta meningkatkan resiko stroke bahkan kematian (Kemenkes RI, 2013). Menjaga kesehatan lansia di masa pandemi COVID-19 sangat penting, terutama lansia yang memiliki hipertensi, mengingat hipertensi menjadi komorbiditas COVID-19 (Pangestuti et al., 2021). Data Sebaran COVID-19 pada situs Satgas Penanganan COVID-19 tertanggal 01 Pebruari 2021 menunjukkan penderita COVID-19 yang meninggal dengan penyakit penyerta hipertensi memiliki angka yang lebih tinggi daripada kondisi yang lainnya yaitu sebanyak 9,6% (Kemenkes RI, 2019).

Kondisi imunitas lansia yang mulai menurun, disertai adanya komorbid hipertensi menjadikan lansia menjadi kelompok beresiko tinggi yang perlu mendapat perhatian khusus di era pandemic Covid 19 (Pangestuti et al., 2021). Lansia pada akhirnya menjadi kelompok masyarakat yang diprioritaskan untuk menjalani PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar). Hal ini berdampak pada kualitas hidup lansia yang semakin menurun karena tidak dapat mengikuti pelayanan kesehatan di posyandu lansia setempat sehingga perawatan hipertensi menjadi tidak terkontrol selama pandemic Covid 19 (Muhammad Khoirul Amin, Sri Ratnani Khasanah, Tryana Dhewi Febryani, Hermas Dyah Paramita, 2021). Salah satu wilayah yang mengalami kondisi serupa adalah Dusun Lempuyangan, Kecamatan Bergas, Kabupaten Semarang.

Berdasarkan data yang tercatat di Posyandu Lansia Setya Manunggal III Dusun Lempuyangan, terdapat 75 lansia yang memeriksakan kesehatan ke posyandu setiap bulan sebelum Pandemi Covid 19 pada Desember 2019 lalu. Hasil survei pendahuluan dengan mitra, didapatkan data sekitar 20 lansia yang terdeteksi memiliki hipertensi. Kepala Posyandu Lansia mengatakan dengan adanya pandemi Covid-19 mengakibatkan posyandu lansia tidak berjalan sehingga

lansia yang menderita hipertensi ini tidak mendapatkan pelayanan. Di sisi lain untuk melakukan kontrol rutin atau kunjungan ke fasilitas kesehatan pasien merasa takut tertular Covid-19 sehingga lansia yang menderita hipertensi tidak mendapatkan pelayanan dari siapapun (Sartiyah, 2021).

Kader menyampaikan bahwa forum Bina Keluarga Lansia (BKL) ada namun tidak aktif sehingga banyak keluarga lansia yang belum mengetahui bagaimana merawat lansia selama pandemic Covid ini. Caregiver adalah individu yang memberikan perawatan pada individu yang lain dan caregiver terbaik untuk lansia adalah keluarga (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Caregiver keluarga memberikan pengaruh besar terhadap status kesehatan lansia sehingga perlu dioptimalkan perannya (Mona Meylinda Sari, 2014). Berdasarkan hal tersebut tim perlu memberdayakan Caregiver Keluarga Berbasis Online Dalam Perawatan Lansia Dengan Hipertensi Di Era Pandemi Covid 19 sehingga dapat memaksimalkan pemantauan terhadap penderita hipertensi dengan melibatkan salah satu anggota keluarga sebagai penanggung jawab agar penderita hipertensi dapat terpantau.

Bahan dan Metode

Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Dusun Lempuyangan Kabupaten Semarang pada bulan Desember 2021 sampai dengan Januari 2022. Sasaran kegiatan ini adalah 20 caregiver keluarga yang memiliki lansia dengan hipertensi yang terdaftar di Posyandu Lansia Setya Manunggal III. Pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini adalah 2 orang dosen keperawatan keluarga, dan 5 mahasiswa dari STIKES Kesdam IV/Diponegoro Semarang.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan beberapa metode yaitu Observasi/Kunjungan Lapangan, Pelatihan Melalui Aplikasi Zoom Meeting, Pendampingan Home Visit serta Monitoring Melalui Aplikasi WhatsApp BKL. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner tingkat pengetahuan tentang hipertensi (Nahla Firdaus Prabaadzmajah, 2021), serta modul pedoman perawatan lansia sesuai SOP.

Hasil

Tim pengabdian masyarakat telah melakukan observasi dalam bentuk kunjungan ke posyandu lansia Setyamanunggal III pada tanggal 31 Desember 2021. Data yang didapatkan dari kader sebanyak 75% lansia tidak bisa mendapatkan pelayanan kesehatan dasar minimal seperti pengukuran

tekanan darah melalui posyandu lansia karena adanya pandemi Covid 19. Sebanyak 70% lansia yang memiliki riwayat hipertensi memilih tidak berani mengunjungi fasilitas pelayanan kesehatan karena khawatir tertular Covid 19 sehingga tidak melakukan kontrol tekanan darah.

Keluarga berharap ada kunjungan ke rumah lansia yang terdeteksi hipertensi serta diberikan perawatan kesehatan. Tim sepakat untuk mengundang para kader dan keluarga yang terlibat dalam perawatan untuk diberikan edukasi dan pelatihan secara online.

Kegiatan ke dua yaitu pelatihan tentang peran caregiver dalam merawat lansia dengan hipertensi selama pandemic Covid 19 telah dilaksanakan pada tanggal 14 Januari 2022. Pelatihan berbasis online yang dilaksanakan dengan metode tatap maya menggunakan aplikasi Zoom Meeting. Peserta yang mengikuti kegiatan sejumlah 20 orang yang mewakili 6 RT yang merupakan kader sekaligus keluarga yang memiliki lansia dengan hipertensi.

Hasil evaluasi pelatihan terdapat perubahan pengetahuan yang dapat dilihat pada table berikut.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Caregiver Dalam Merawat Lansia dengan Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Baik	2	10	12	60
Cukup Baik	8	40	8	40
Kurang	10	50	0	0
Total	20	100	20	100

Data pada table 1 menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan caregiver dalam merawat lansia dari tingkat pengetahuan kurang 50%, cukup baik 40% dan baik 10% menjadi tingkat pengetahuan kurang 0%, cukup baik 40% dan baik 60%.

Kegiatan ke-3 tim pengabdian masyarakat adalah melaksanakan home visit dengan menerapkan protocol kesehatan yang ketat pada tanggal 21 Januari 2022. Tim melakukan pengukuran TD lansia dan didapatkan hasil sesuai table 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Saat Home Visit

Hipertensi	**F**	**%**
Ringan	10	50
Sedang	6	40
Berat	4	50
Total	20	100

Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran (JAKK), Vol. 2, No. 1, Januari 2023
p-ISSN: 2962-8245 | e-ISSN: 2962-7133

Data pada Tabel 2 menunjukkan dari 20 lansia yang dikunjungi menunjukkan mayoritas lansia mengalami hipertensi ringan. Lansia yang terdeteksi mengalami hipertensi sedang dan berat selanjutnya dikonsulkan kepada penanggungjawab kesehatan lansia di puskesmas, sedangkan lansia dengan hipertensi ringan disarankan untuk melakukan control pola hidup dengan makan yang sehat, tetap melakukan aktivitas sehat.

Tim juga mengevaluasi hasil pelatihan, melatih ketrampilan caregiver secara langsung di rumah masing-masing dalam melaksanakan terapi komplementer pada lansia dengan hipertensi, yaitu dengan pendampingan melaksanakan rendam kaki air hangat dengan sereh. Perubahan ketrampilan yang dimiliki caregiver dalam merawat lansia tersaji dalam table 3 berikut.

Tabel 3. Keterampilan Caregiver

Ketrampilan Caregiver	Sesuai SOP		Belum Sesuai SOP	
	F	%	F	%
Penyediaan Diet untuk Lansia Hipertensi	15	80	5	20
Pendampingan Senam Lansia	12	60	8	40
Pelaksanaan Rendam Kaki Air Hangat dengan Sereh	18	90	2	10

Data pada Tabel 3 menunjukkan dari 20 caregiver yang dilatih 80% sudah mampu menyediakan diet yang tepat untuk lansia yang memiliki hipertensi, 60 % mampu mendampingi lansia melaksanakan senam lansia, serta 90% mampu memberikan terapi komplementer berupa rendam kaki air sereh.

Tim selanjutnya melaksanakan monitoring dengan membuat group Whatsapp “KADER BKL CAREGIVER LANSIA” sebagai wadah untuk menampung berbagai pertanyaaan caregiver selama merawat lansia, dan untuk sharing informasi serta melaporkan perkembangan kesehatan lansia.

Pembahasan

Data yang didapatkan dari kader sebanyak 75% lansia tidak bisa mendapatkan pelayanan kesehatan dasar minimal seperti pengukuran tekanan darah melalui posyandu lansia karena adanya pandemi Covid 19. Hal ini sesuai dengan literatur yang menyebutkan bahwa kegiatan posyandu sangat membantu masyarakat dalam pemeriksaan kesehatan rutin, termasuk memberikan edukasi tentang

pencegahan penyakit melalui promosi kesehatan dalam mengajak lansia untuk menerapkan pola hidup sehat sehingga dengan tidak aktifnya posyandu lansia memberikan dampak pada kesehatan lansia di sekitar (Margiyatia et al., 2020).

Sebanyak 70% lansia yang memiliki riwayat hipertensi memilih tidak berani mengunjungi fasilitas pelayanan kesehatan karena cemas tertular Covid 19. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara kecemasan dengan sikap lansia menghadapi pandemi Covid-19, sehingga diperlukan dukungan keluarga untuk membantu lansia mengatasi kecemasan dalam menghadapi pandemi Covid-19 (Supriyanti & Prihati, 2021).

Pelatihan caregiver yang dilaksanakan secara online memberikan informasi seputar, cara menjaga kesehatan lansia di era pandemic covid, termasuk mengenali gejala HT pada lansia, melakukan control TD, menjaga makanan yang disarankan untuk penderita hipertensi, mendampingi dalam aktivitas fisik yang sehat dan aman. Peserta juga diajarkan terapi komplementer dengan rendam kaki air hangat dengan rendaman air sereh untuk membantu memelihara tekanan darah. Pelatihan berlangsung dari pukul 09.00-12.00 WIB.

Caregiver dalam pelatihan sebelumnya diajarkan membantu dalam penyediaan makanan yang dianjurkan bagi lansia dengan hipertensi dengan mematuhi diet rendah garam, rendah lemak, dan rendah gula. Hal ini sesuai dengan literatur yang menyebutkan diet makanan diperlukan untuk mengontrol tekanan darah karena hipertensi tidak dapat disembuhkan, namun bisa dikontrol dengan mengubah gaya hidup salah satunya patuh terhadap diet (Devi & Putri, 2021). Lansia cenderung menkonsumsi makanan yang sama dengan anggota keluarga lain, sehingga caregiver perlu mendapatkan pemahaman seputar diet hipertensi.

Caregiver juga mendapatkan materi tentang senam lansia serta terapi dendam kaki air hangat yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Senam lansia yang dilakukan secara rutin minimal 3x dalam seminggu sesuai SOP dapat membantu mengontrol tekanan darah (Tina et al., 2021). Terapi komplementer dengan rendam kaki air hangat dan sereh juga dapat membantu lansia dalam menurunkan hipertensi (Liszayanti & Rejeki, 2019) (Olyverdi et al., 2021).

Hasil pelatihan menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan caregiver dalam merawat lansia dari tingkat

pengetahuan kurang 50%, cukup baik 40% dan baik 10% menjadi tingkat pengetahuan kurang 0%, cukup baik 40% dan baik 60%. Hasil monitoring melalui metode homevisit didapatkan 20 caregiver yang dilatih 80% sudah mampu menyediakan diet yang tepat untuk lansia yang memiliki hipertensi, 60 % mampu mendampingi lansia melaksanakan senam lansia, serta 90% mampu memberikan terapi komplementer berupa rendam kaki air sereh.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menemukan bahwa terdapat pengaruh terhadap kemandirian, pengetahuan dan keterampilan caregiver dalam merawat lansia hipertensi setelah diberikan pelatihan setelah diberikan pelatihan (p=0.000). Kegiatan pelatihan memberikan pemahaman dan pengetahuan pada keluarga yang akan berdampak pada peningkatan sikap dan perilaku mereka dalam memberikan perawatan aktifitas sehari-hari pada lansia, sehingga dengan pengetahuan yang dimiliki maka keluarga akan mengambil sikap yang tepat dalam
pemberian perawatan sehingga mencapai kondisi kesehatan lansia yang optimal. (Mona Meylinda Sari, 2014)

Kesimpulan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan tingkat pengetahuan caregiver meningkat dalam merawat lansia dari tingkat pengetahuan kurang 50%, cukup baik 40% dan baik 10% menjadi tingkat pengetahuan kurang 0%, cukup baik 40% dan baik 60%. Setelah mendapatkan pelatihan terjadi peningkatan ketrampilan caregiver yaitu 80% sudah mampu menyediakan diet yang tepat untuk lansia yang memiliki hipertensi, 60 % mampu mendampingi lansia melaksanakan senam lansia, serta 90% mampu memberikan terapi komplementer berupa rendam kaki air sereh.

Saran

Selama pandemic covid masih berlangsung, peran caregiver dalam merawat lansia perlu dioptimalkan. Proses monitoring dan evaluasi pasca pelatihan perlu dilakukan lebih dari 1x supaya ketrampilan caregiver 100% sesuai SOP. Puskesmas perlu melakukan pendampingan lanjutan kepada caregiver bekerjasama dengan BKKBN dalam program BKL.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih disampaikan kepada Kader Posyandu Lansia Setya Manunggal III Dusun Lempuyangan, Pengurus BKL dan Puskesmas Bergas yang telah bekerjasama dalam kegiatan pengabdian masyarakat, termasuk STIKES

Kesdam IV/Diponegoro yang telah memberikan dukungan pendanaan pengabdian masyarakat.

Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan dengan pihak manapun di dalam penulisan artikel ini.

Konstribusi Penulis

Artikel ini belum pernah dipublikasikan di tempat lain, dan seluruh penulis yang tercantum memberikan kontribusi yang signifikan dalam karya ini.

Referensi

Devi, H. M., & Putri, R. S. M. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Hipertensi melalui Pendidikan Kesehatan di Posyandu Lansia Tlogosuryo Kota Malang. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *10*(2), 432. https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.399

Kemenkes RI. (2013). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi*. Badan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Pedoman-Teknis-Penemuan-dan-Tatalaksana-Hipertensi.pdf

Kemenkes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Kementrian Kesehatan RI*, 1–5. https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf

Kementerian Kesehatan RI. (2019). Kurikulum Pendampingan Lanjut Usia Bagi Caregiver. *Pusat Pelatihah SDM Kesehatan*, 322.

Liszayanti, F., & Rejeki, S. (2019). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat dan Serai Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil Penderita Pre Eklamsi. *Prosiding Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang*, *2*, 299–309.

Margiyatia, Sarib, N. W., Susiloc, A. D., Findiasarid, H. H., Marwiriyantie, J. R., Arianif, N., & Herdiyanag, P. I. (2020). Revitalisasi Kader Posyandu Lansia Sabar Narimo Sebagai Upaya Detesi Dini PTM pada Lansia Dsn. Lempuyangan Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sisthana*, *2*(1), 30–36.

Mona Meylinda Sari. (2014). *Pengaruh Pelatihan pada Caregiver Terhadap Kemandirian Keluarga dalam Merawat Pasien Lansia dengan Hipertensi di Kelurahan Tammua*

Wilayah Kerja Puskesmas Rappokalling Makassar [Universitas Hasanudin]. http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/10860/

Muhammad Khoirul Amin, Sri Ratnani Khasanah, Tryana Dhewi Febryani, Hermas Dyah Paramita, H. F. S. K. (2021). Optimalisasi Peran Caregiver Hipertensi saat Pandemi Covid-19 di Dusun Trojayan Paremono Magelang. *Community Empowerment*, *6*(2), 193–199. https://doi.org/https://doi.org/10.31603/ce.4295

NAHLA FIRDAUS PRABAADZMAJAH. (2021). *HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI KABUPATEN MALANG* (Vol. 26, Issue 2) [UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM]. http://www.ufrgs.br/actavet/31-1/artigo552.pdf

Olyverdi, R., Agustin, A. C., Aflis, M. S., Rama Zalni, N., Novianti, T., Safitri, T., Fort, U., & Kock, D. (2021). Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Jahe Dan Serai Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Bukik Cangang Bukittinggi. *Empowering Society Journal*, *2*(3), 236–242.

Pangestuti, E., Larasati, A. D., Amayu, R., Vitani, I., & Semarang, K. (2021). Gambaran Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Selama Pandemic Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, *10*(1), 219–228. https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/9283

Sartiyah. (2018). *Profil Desa Gebugan*. http://gebuganjayafamous.blogspot.com/2018/11/profil-desa.html

Supriyanti, E., & Prihati, D. R. (2021). *HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN SIKAP LANSIA MENGHADAPI PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Gejala-gejala yang dialami biasanya bersifat psikologis (middle age) yaitu kelompok usia 45 tahun perasaan takut yang tidak* . *9*, 62–68.

Tina, Y., Handayani, S., & Monika, R. (2021). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia the Effect of Exercise for Hypertension on Blood Pressure in Elderly. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, *1*(69), 5–24.